MIEMBRO SUPERIOR

IMAGEN	NOMBRE	ORIGEN	INSERCION	FUNCION
CINTURA ESCAPULAR				
	Angular del omoplato	Borde vertebral y superior de la escapula	En la apófisis transversa de las primeras 4 vertebras cervicales	Estabilizador de los movimientos laterales del cuello. Elevador de la escapula (50% del movimiento de ascenso). Rotador
	Bíceps braquial	Cabeza larga: Tubérculo supra glenoideo del omoplato. Cabeza corta: En la apófisis coracoides	En la apófisis bicipital del radio	Produce flexión en el codo y es el que sostiene la fuerza
	Coracobraquial	En la apófisis coracoides del omoplato	En la cara anterior, tercio medio de la diáfisis humeral	Equilibrador, coaptador, restablece la posición anatómica
	Deltoides	Clavícula, acromio y en toda la espina del omoplato	Cara lateral externa del tercio medio del humero	Clavícula: Flexión, abducción y rotación interna Acromion: abducción Omoplato: abductor, aductor, rotador externo y extensor
	Dorsal ancho	En todas las apófisis espinosas desde la 7ª vertebra dorsal hasta la cresta del sacro	Canal bicipital del humero	Aducción, extensión y rotación interna
CINTURA ESCAPULAR				

MIEMBRO SUPERIOR

	Esternocleidomastoideo	Apófisis mastoidea del hueso temporal	Manubrio external y tercio medio de la clavicula	Rotación de la cabeza, inclinaciones laterales y leve extención
	Infraespinoso	En la fosa infraespinosa del omoplato	En el troquiter, detrás del músculo supraespinoso	Rotador externo, coaptador, tiene capacidad de abducción
	Omohoideo	En la base de la apófisis coracoides	En el hasta anterior del hueso hioides	La contracción bilateral pone tensa la base de la lengua
	Pectoral mayor	En la cara anterior de los dos tercios mediales de la clavicula, en las articulaciones externocostales y en los cartílagos costales 7, 8 y 9	En la cresta sutroquiteriana (humero) de forma cruzada	Clavicula: flexores Articulación esternocostal: aductor y rotador interno Cartílagos costales: Extensoras
	Pectoral menor	En la apófisis coracoides del omoplato	En las caras anterolaterales de la 3, 4 y 5 costilla	Aproxima la apófisis coracoide hacia abajo llevando el omoplato hacia delante y hacia abajo
CINTURA ESCAPULAR				

MIEMBRO SUPERIOR

	Redondo mayor	En la parte inferior del borde axilar del omoplato	En la cresta subtraquineana	Aductor, rotador interno y extensor
	Redondo menor	En el borde axilar superior de la escapula en la fosa infraespinosa	En el troquiter, detrás del infraespinoso	Rotador externo y aductor
	Romboides, mayor y menor	En todo el borde vertebral de la escapula, excepto en sus dos puntas	Menor: en la apófisis espinosa de las dos ultimas vertebras cervicalesMayor, en la apófisis espinosa de las 4-5 ultimas vertebras dorsales	Aductor y rotador del omoplato y elevador del omoplato
	Serrato mayor	En el mismo borde vertebral de la escapula pero por su cara anterior	En las caras anterolaterales de las 10 primeras costillas	Mantienen el omoplato en un punto solido, fijan ese borde a la caja toracica independientemente de la posición que adoptemos
	Supraespinoso	Fosa supraespinosa del omoplato	Parte superior del troquier (cabeza del humero)	Abductor hasta los 30º
CINTURA ESCAPULAR				

MIEMBRO SUPERIOR

	Trapecio	Fibras superiores: espina del occipital, apófisis espinosa de la 7ª vertebra cervica Fibras medias: apófisis espinosa de la 7ª vertebra cervical a la 3ª dorsal Fibras inferiores: desde la apófisis espinosa de la 4ª dorsal hasta la 12ª dorsal	Superiores: 1/3 externo del borde superior de la clavicula Medias: acromion Inferiores: borde superior de la espina del omoplato	Superiores: elevación y rotación del omoplato Medias: aductores Inferiores: rotación del omoplato, orientando hacia arriba la cavidad glenoidea
		C O D O		
	Anconeo	Cara posterior del epicondilo del humero	Zona inferior del olecranon (cubito)	Evita el pellizcamiento de la capsula articular y de la membrana sinovial del codo, es tambien un músculo pronador
	Bíceps braquial	Tiene 2 cabezas. La larga: Tubérculo supraglenoideo del omoplato La corta: apófisis coracoides	Apófisis bicipital del radio	Flexión del codo y supinación (es el que lleva la fuerza en la flexión)
	Braquial anterior	Cara anterior del 1/3 inferior del humero	Apófisis coracoides del cubito	Flexor del codo
	Cubital anterior	En la epitroclea, en el olecranon (humero) y borde posterior del cubito	Hueso piramidal, pisiforme, ganchoso y 5º metacarpiano	Sobre la muñeca actua realizando flexión con aducción

MIEMBRO SUPERIOR

CODO				
	Pronador cuadrado	Cara anterior del ¼ inferior del cubito	Cara anteroexterna del ¼ inferior del radio	Pronador principal del antebrazo
	Pronador redondo	Cara anterior de la epitroclea (humero) y en la apófisis coracoides del cubito	Cara antero externa del 1/3 superior del radio	Pronación del radio sobre el cubito
	Supinador corto	Cara posterior del olecranon	Cara anterior del 1/3 superior del radio	Actúa ante supinaciones no resistidas y rapidas, siempre que el codo este extendido
	Supinador largo	Borde externo del 1/3 inferior del humero	Apófisis estiloides del radio	Flexor del codo, supinador si el codo esta libre Maxima eficacia en semipronosupinación
	Triceps braquial	3 cabezas o vastos Largo: tubérculo infraglenoideo de la escapula Externo: cara posterior del 1/3 superior del humero Interno: borde interno de la cara posterior de los 2/3 inferiores del	Cara superior del olecranon	Extencion del codo

MIEMBRO SUPERIOR

		húmero		
M A N O				
	Abductor del meñique	En el pisiforme y en el borde cubital de la mano	Borde cubital de la base de la primera falange del meñique	Abducción del meñique
	Abductor largo del pulgar	Lado cubital posterior del radio	En la base del I metacarpiano en su lado radial	Abducción del pulgar
	Extensor comun de los dedos	Epicondilo humeral	3ª falange de los cuatro ultimos dedos	Extensión de la interfalangica proximal y de la muñeca
	Extensor corto del pulgar	Cara posterior del cubito y radio	En la I falange del pulgar	Extensión de la primera falange del pulgar, abduce la muñeca e indibidualiza las acciones de la 1ª y 3ª falange del pulgar
	Extensor largo del pulgar	Cara posterior del 1/3 medio del cubito	Cara posterior de la 3ª falange del pulgar	Extiende la 3ª falange del pulgar

MIEMBRO SUPERIOR

MANO				
	Extensor propio del dedo indice	Superficie dorsal de la mitad inferior del cubito	Tendon del extensor comun de los dedos que va al indice	Extención de la muñeca, extención del dedo indice
	Extensor propio del dedo meñique	Cara posterior del cubito	Tendon del extensor comun y en la primera falange del meñique	Extensor de la 1ª falange del meñique, extensor de la muñeca
	Flexor comun profundo de los dedos	Cara anterior de los ¾ superiores del cubito	En la tercera falange de los cuatro ultimos dedos	Flexor de la muñeca y metacarpofalangica
	Flexor comun superficial de los dedos	En la epitroclea humeral, apófisis coracoides del cubito y superficie anterior del radio	4 últimos dedos. Frente a la primera falange, cada tendón se abre en 2 bandas que van a insertarse en los lados de la base de la segunda falange. Este espacio lo aprovecha el tendón del común profundo de los dedos, terminando en la base de la última falange de cada dedo trifalángico.	Flexor minimo del codo Flexor de la muñeca, metacarpofalangico y de la 1ª interfalangica

MIEMBRO SUPERIOR

MANO				
	Flexor corto del meñique	Hueso ganchoso (apófisis unciforme)	Base de la 1ª falange del meñique	Flexión metacarpofalangica y la primera falange del meñique
	Flexor corto del pulgar	Tiene dos cabezas Superficial: en el retinaculo flexor Profunda: en el trapecio, trapezoide y hueso grande	Hueso sesamoideo radial, I falange del pulgar	Flexión y aducción (ayuda a la oposición) del pulgar
	Flexor largo del pulgar	Parte medial anterior del radio	Base de la 3ª falange distal del pulgar	Flexión de la 3ª falange del pulgar
	Oponente del meñique	Hueso ganchoso (apófisis unciforme)	Zona interna de la diafisis del V metacarpiano	Movimiento de circunducción de unos 40º con enfrentamiento al dedo gordo, ademas de flexión
	Oponente del pulgar	En el hueso trapecio y en el retinaculo flexor	Borde radial del I metacarpiano	Opone el pulgar y colabora en la aducción
MANO				

MIEMBRO SUPERIOR

	Separador o abductor corto del pulgar	En el escafoides	Hueso sesamoideo radial y en la I falange del pulgar	Flexión metacarpofalangica, abducción y oposición carpometacarpiana
	Interoseos dorsales	Diafisis de los metacarpianos vecinos	Primera falange del dedo por su cara dorsal	Flexor metacarpofalangico y extensor interfalangico
	Interoseo ventral	II-V huesos metacarpianos	Base de la 1ª falange del dedo por la cara dorsar	Flexores metacarpofalangeos (II, IV) Extensores interfalangicos (II,IV,V) Aductores de los dedos 2º, 4º y 5º
M U Ñ E C A				
	Cubital posterior	Borde posterior del cubito	Cara posterior de la base del 5º metacarpiano	Extensor y aductor de la muñeca
	Extensor radial corto o Segundo radial	En el epicóndilo	Cara posterior de la base del 3º metacarpiano	Extensor de la muñeca
M U Ñ E C A				

MIEMBRO SUPERIOR

	Extensor radial largo o Primer radial	Zona supracondília del humero	Cara posterior de la base del 2º metacarpiano	Sobre el codo es flexor y sobre la muñeca es extensor y abductor
	Flexor, largo profundo comun de los dedos	Cara anterior del cubito	Cara palmar de las falanges distales de los 4 ultimos dedos	Flexion de muñeca, metacarpofalangica, interfalangica proximal y distal
	Flexor largo superficial comun de los dedos			Flexion de muñeca, metacarpofalangica, interfalangica proximal
	Palmar mayor	En la epitroclea	Base del segundo metacarpiano	Flexor principal de la muñeca
	Palmar menor	En la epitroclea	En la aponeurosis superficial de la muñeca	Flexor de la muñeca
	Cubital anterior			
	Extensor comun de los			

MIEMBRO SUPERIOR

	dedos			

ILUMINAR CROMODINÁMICA

LÁMINAS 14,15 16,17,18,26,27,28,31,32,33,34,35,36,37